

EFEITOS NA SAÚDE MENTAL DE ADULTOS NO PÓS-PANDEMIA DA COVID-19

Ana Vitória Ramos Bento, Naiara Chiaratto, Bianca Callegari, e-mail:
emergenciaedesastres@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, na China, um novo vírus com sintomatologia gripal e respiratória deu origem à Covid-19, doença que resultou em uma Pandemia global dada sua alta e rápida propagação. Medidas sanitárias que incluíam o isolamento social foram necessárias para tentar combater o avanço da doença, o que gerou mudanças drásticas na vida das pessoas em diversos contextos tais como físico, mental, social, econômico, político e cultural (CREPALDI *et al.*, 2020). A psicologia possui um papel fundamental na atuação em situações de emergências e desastres, tendo como papel o acolhimento e a mitigação de danos, além de propor ações que visem mapear o ocorrido e seus possíveis agravamentos, atuar junto a órgãos governamentais e não-governamentais, proporcionando um ambiente acolhedor para que os atingidos possam ressignificar e reconstruir suas vidas (GARCIA; FARIA, 2020). Ornell *et al.* (2020, p.12) destacam que “durante as epidemias, o número de pessoas cuja saúde mental é afetada tende a ser maior que o número de pessoas afetadas pela infecção.” Ainda nesse contexto salienta-se que, muitas vezes, os danos na saúde mental podem perdurar mais do que os próprios efeitos da doença em circulação, assim como destaca Faro *et al.* (2020, p.3): “quanto à saúde mental, é importante dizer que as sequelas de uma pandemia são maiores do que o número de mortes”. A instabilidade e a incerteza de como o vírus reagiria em cada indivíduo, potencializou os sentimentos de insegurança e medo na população mundial. Além disso, outro fator contribuinte foi a falta de uma medida rápida e efetiva para contenção do vírus, fazendo com que sua disseminação gerasse consequências desastrosas, inclusive para a saúde mental de milhares de indivíduos (ORNELL *et al.*, 2020). Dessa forma, o presente estudo é uma ampliação da pesquisa “Fatores de risco, proteção e saúde mental dos universitários no retorno às aulas presenciais” - realizada em 2022 - com modificações na metodologia, no foco e público-alvo.

Diante de todos os aspectos que foram destacados e por se tratar de um evento atípico que atingiu pessoas em escala mundial, o estudo justifica-se pela importância de investigar e compreender como se encontra a saúde mental no cenário de Pós-Pandemia da população adulta. Tais dados são importantes para nortear a atuação do profissional de psicologia com esse público, especialmente na mitigação de danos. Além disso, o estudo visa instigar novas pesquisas correlacionando a pandemia do Covid-19, a Psicologia de Emergências e Desastres e os impactos na saúde mental.

2 MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa empírica com abordagem quanti-qualitativa realizada com pessoas residentes no Estado de São Paulo que buscou identificar possíveis impactos na saúde mental de adultos no cenário pós Covid-19. A pesquisa contou com 164 participantes, com idades entre 20 e 59 anos e 11 meses. A coleta de dados foi realizada através da ferramenta on-line Google Forms a partir do link compartilhado em grupos, redes sociais, contatos acadêmicos e e-mail. Os instrumentos utilizados foram: Questionário Sociodemográfico, de autoria própria, com o objetivo de levantar informações para caracterizar os possíveis grupos e perfis da amostra estudada; Questionário “Pandemia e Saúde Mental”, de autoria própria, com o objetivo de fornecer dados quanto aos aspectos psicológicos sobre suporte profissional, vivências, dados sobre a saúde mental e o Pós-Pandemia. Algumas perguntas desse questionário foram baseadas no Inventário de Saúde Mental (2011) (RIBEIRO, 2011); e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), a qual é composta por 21 questões que objetivam mensurar os níveis de depressão, ansiedade e estresse no indivíduo. A pesquisa iniciou após a aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) das Faculdades Integradas de Jaú.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A presente pesquisa contou com uma amostra inicial de 166 participantes, no entanto, 2 participantes com mais de 60 anos foram descartados por não estarem dentro do critério idade; sendo assim, a amostra final foi de 164 participantes, os quais aceitaram

participar do estudo através do aceite no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A primeira etapa de perguntas foi composta pelo Questionário Sociodemográfico, o qual continha questões relacionadas a faixa etária, sexo, estado civil, grau de escolaridade, renda familiar e cidade de residência. Do total de participantes, 73,2% eram do sexo feminino, 26,2% do sexo masculino e 0,6% preferiram não dizer. Já em relação à faixa etária, houve uma concentração de respostas pelas faixas de 20 à 25 anos (com 40,2% do público) e 32 à 37 anos (com 17,7%). Quanto ao estado civil dos participantes, 59,1% declararam ser solteiros; 37,8% casados e 3% divorciados. Em relação à escolaridade, as respostas que se destacaram foram: Ensino Superior de Graduação Completo (27,4%); e Ensino Superior de Graduação em Andamento (25%).

No quesito renda familiar, de maneira predominante, 40,2% dos participantes declararam ter rentabilidade entre 3 e 6 salários mínimos; 32,9% de 1 à 3 salários mínimos; e 14,6% entre 6 e 9 salários mínimos. Em relação a localidade dos participantes, todos residem no Estado de São Paulo, com predominância nas cidades de Jaú (43,3%), Barra Bonita (18,3%) e Bauru (9,8%). No questionário “Pandemia e Saúde Mental”, considerando o período pandêmico de 03/2020 a 05/2022, 67,7% dos participantes afirmaram que não fizeram psicoterapia nesse período e 32,3% estiveram em acompanhamento (presencial e/ou online). Em seguida, 11,6% dos indivíduos responderam que essa psicoterapia foi realizada por mais de 2 anos; 6,7% pelo período de 3 à 6 meses; 4,9% entre 6 e 12 meses; 3,7% estiveram em acompanhamento por cerca de 1 ano a 1 ano e meio; 3% por até 3 meses; e 2,4% declararam que fizeram pelo período de 1 ano e meio à 2 anos. Além disso, 73,2% não estão no processo de psicoterapia atualmente e 26,8% continuam no processo psicoterapêutico.

Em relação ao emprego durante a pandemia, 84,1% conseguiram trabalhar normalmente (de maneira presencial e/ou remota); 11% perderam o emprego em 2020; 5,5% perderam o emprego em 2021; e 1,2% em 2022. Relacionado às perdas geradas pela pandemia, 57,9% dos indivíduos disseram que não perderam alguém por morte durante o período pandêmico; 20,7% responderam que perderam em 2020; 27,4% disseram que perderam em 2021; e 3,7% dos participantes responderam que perderam em 2022. Em

seguida, 73,2% dos participantes declararam que não tiveram outras perdas durante a pandemia e 26,8% responderam que tiveram outros tipos de perda. Posteriormente, 82,3% dos participantes disseram que acreditam que a pandemia causou algum tipo de impacto em sua saúde mental e 17,7% responderam que não tiveram nenhum tipo de impacto.

Quanto aos sentimentos frente à pandemia, 47% dos participantes disseram que não se sentem inseguros em relação à pandemia atualmente; 34,8% responderam que às vezes se sentem inseguros; e 18,3% disseram que nos dias atuais, ainda se sentem inseguros em relação a pandemia. 57,9% dos participantes declararam que atualmente não possuem medo de contrair Covid-19; 26,2% responderam às vezes sentem medo; e 15,9% disseram que atualmente possuem medo de contrair o vírus. Quanto às perspectivas de futuro, 89% dos participantes responderam que suas perspectivas em relação ao futuro são positivas; 6,1% que as perspectivas são negativas; e 4,9% disseram não pensar no futuro.

Quanto à sintomatologia ansiosa, 65,9% dos indivíduos disseram que se sentem mais ansiosos após a pandemia e 34,1% responderam que não. 56,7% das pessoas disseram que se sentem mais tensos(as)/nervosos(as) após a pandemia e 43,3% responderam que não sentem diferença nesse sentido. Ainda nesse contexto, 57,9% dos participantes declararam que sentem-se mais estressados após o período de pandemia e 42,1% dos indivíduos responderam que não. Ao final do segundo questionário, 50,6% dos participantes declararam que se sentem emocionalmente estáveis depois da pandemia e 49,4% dos indivíduos disseram que não se sentem emocionalmente estáveis após a pandemia. Quanto à Escala de Depressão, Estresse e Ansiedade (DASS-21), os resultados são apresentados na Tabela 1.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho buscou investigar os efeitos causados na saúde mental de adultos durante o período da pandemia, bem como fomentar discussões sobre a atuação da psicologia no contexto de emergência e desastres. Destaca-se que, por se tratar de uma pesquisa em andamento, não é possível chegar a apontamentos finais com base nos resultados obtidos até o momento, no entanto, a partir das análises quantitativas já

realizadas, pode-se identificar, através da Escala DASS-21, percentuais significativos apontando possíveis sinais de estresse, ansiedade e depressão nos indivíduos. Observou-se que 40,9% das pessoas apresentaram sintomatologia de estresse com classificações entre moderado a severo; 45,7% com sintomas de ansiedade na mesma classificação; e 42% com sintomatologia para depressão na classificação citada (de moderado a severo).

Tabela 1. Resultados da Escala DASS-21

Classificação	Estresse n (%)	Ansiedade n (%)	Depressão n (%)
Normal	76 (46,3)	64 (39)	74 (45,1)
Leve	21 (12,8)	25 (15,2)	21 (12,8)
Moderado	29 (17,7)	25 (15,2)	34 (20,7)
Grave	28 (17,1)	18 (11)	12 (7,3)
Severo	10 (6,1)	32 (19,5)	23 (14)

REFERÊNCIAS

CREPALDI, M. A.; SCHMIDT, B.; NOAL, D. S.; BOLZE, S. D. A.; GABARRA, L. M. Terminalidade, morte e luto na pandemia de Covid-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, 37, e200090. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/LRmfcnxMXwrbCtWSxJKwBkm/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 20 fev. de 2023.

FARO, A.; BAHIANO, M. A.; NAKANO, T. C.; REIS, C.; SILVA, B. F. P.; VITTI, L. S. Covid-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, 37, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 09 abr. de 2023.

GARCIA, I.P.; FARIA, H.M.C. A vivência do luto no contexto de desastres e emergências. **Cadernos de Psicologia**, Juiz de Fora-MG, v. 2, n. 4, p. 210-227. Disponível em: <<https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/2838#:~:text=O%20contexto%20de%20desastres%20e,qual%20as%20pessoas%20s%C3%A3o%20expostas.>>. Acesso em: 25 fev. de 2023.

ORNELL, F.; SCHUCH, J. B.; SORDI, A. O.; KESSLER, F. H. P. Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. **Debates em psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 12-16, 2020. Disponível em: <<https://revistardp.org.br/revista/article/view/35/23>>. Acesso em: 18 mar. de 2023.

RIBEIRO, J. L. P. **Inventário de Saúde Mental**. Placebo editora, 1ª ed., jan. 2011.